

来て!みさわ

三沢市公式観光ガイドブック



三沢市観光協会 検索



MISAWA AIR BASE FRIENDSHIP TOUR

米軍三沢基地と三沢市が共同で開催する基地バスツアーは、普段は知られる機会が少ない米軍の活動や基地への理解を深めていただくことを目的に、9月を除き毎月1回開催します。毎回異なる施設を見学するので、何度でもお楽しみいただけるのが魅力です。米軍担当者の軽快なトークにより、和やかな雰囲気で開催しております。

フレンドシップツアーの概要

🕒 約150分(12:30~15:00) 12時30分までに受付を行ってください。スタッフからの説明に引き続きバスに搭乗し、三沢基地へ出発します。

🆓 無料 📺 スカイプラザミサワ(正面ロビー) 定員30名程度(先着順)

お申し込み方法

三沢フレンドシップツアー
申込書に必要事項
を記入して送信

✉ msw_friendshiptour@misawashi.aomori.jp
☎ 0176-52-7516

氏名、住所、電話番号、生年月日、性別、
運転免許証またはパスポート番号
などをお聞かせください。

☎ 0176-53-5111(内線537)
三沢市経済部産業観光課

・18歳未満の方は、運転免許証またはパスポートをお持ちの保護者同伴であればご参加いただけます。・10名を超える団体でお申し込みをされる場合は、事前にご相談ください。
・日本国籍以外の方は立入り審査がありますので申し込み前にご相談ください。・おすめは冬季(12月~3月)です。参加者が少なくゆったりと見学できます。

併催ツアーのご案内

三沢市の魅力を知ってもらうために、基地見学ツアーの開催日当日、開催日翌日に以下のツアーを併催いたします。参加費は当日ご参加いただくツアーごとに現地で支払ってください。いずれもフレンドシップツアーとあわせて申し込みができます。三沢の深い魅力を堪能してください。

当日併催ツアー

三沢市と関連する航空機を学ぶ エアクラフト ガイドツアー

🕒 約90分 10:00~11:30

🆓 一般510円、高校生300円、
中学生以下無料。団体割引あり。

📺 県立三沢航空科学館
三沢の航空史を専属スタッフが分
かりやすく解説します。展望デッキか
ら一望できる飛行場、歴史的な快挙
を成し遂げたミス・ビードル号など、
航空の魅力に迫るツアーです。

三沢市と三沢基地の成り立ちを学ぶ 三沢街なか ガイドツアー

🕒 約90分 15:30~17:00

🆓 1,000円

📺 スカイプラザミサワ(正面ロビー)
※開催は4月~10月までとなります。
市内の歴史家・川村正さんとぶらぶ
ら街を歩いて、なぜ三沢が航空の街
「MISAWA」になったかを紐解きま
す。歴史を感じてもっと三沢を楽し
むためのツアーです。

夜のアメリカンバーを巡り歩く Misawa Night Hopping ツアー

🕒 約90分 20:00~21:30

🆓 1,500円
(ご飲食代はお客様負担)

📺 スカイプラザミサワ(正面ロビー)
アメリカンバーを巡り歩くBar
hopping。乾杯や支払いの作法を
知ればより楽しい三沢の夜。個性
的なカクテル・ショットや音楽、ディ
ープなMISAWAが待っています。

翌日併催ツアー

寺山修司の世界に触れる 寺山修司記念館 ガイドツアー

🕒 約90分 10:30~12:00

🆓 一般550円、高校生110円、
中学生以下無料。団体割引あり。

📺 寺山修司記念館
幅広いジャンルで活躍していた「寺
山修司」。彼の残した数々の作品に
触れながら、寺山修司にしか演出で
きない世界観に浸ってみてはいかが
でしょうか。

廣澤安任と斗南藩の歴史を探索する 先人記念館 ガイドツアー

🕒 約90分 10:45~12:15

🆓 一般110円、中学生以下無料

📺 先人記念館
幕末から明治にかけて南部地域の
発展へ貢献し、青森県の基礎をつく
る偉業を成し遂げた「廣澤安任」の
人物像を三沢市周辺の歴史を紹介
しながら探求するツアーです。

※翌日併催ツアーはどちらか1つを選択してください。

みーくる2階



三沢市観光案内所移転のお知らせ

2020年4月1日より、市観光案内所はスカイプラザミサワから青い森鉄道三沢駅西口に新設された「三沢駅前交流プラザみーくる」2階へ移転いたします。各種パンフレットを取りそろえておりますので、お気軽にお立ち寄りください。

← この看板が目印

お問い合わせ先
0176-27-0337

必ずお読みください!

- ・本パンフレットに掲載されている情報は2020年1月1日現在のものです。施設・商品内容が変更されたり、施設運営側の事情でご利用になれない場合もございます。ご利用の前にあらかじめご確認ください。
- ・掲載されている地図の縮尺、地図中に使われている位置・所要時間などはおおその目安としてお考えください。
- ・掲載されている電話番号は各施設の問い合わせ用のものも含まれており、現地の電話番号とは異なる場合もございます。またカーナビなどの位置検索で実際とは異なる場合がございます。なお、パンフレットに掲載された内容により生じたトラブル・損害については保証できませんので、ご了承ください。
- ・Wi-Fiは条件付き利用の店舗もございます。ご利用の際はご確認ください。
- ・無断転載、コピーはご遠慮ください。

記載してある料金は税込み価格となっています。発行後、料金やデータ等が変更になっている場合もありますので、あらかじめご了承ください。

掲載されているイベント等の詳細については、各お問い合わせ先までご確認ください。なお、イベント内容や時間については、天候などの様々な事情により変更・延期もしくは中止になる場合もございますので、ご了承ください。

発行 青森県三沢市

〒033-8666 青森県三沢市桜町1-1-38

TEL:0176-53-5111 FAX:0176-52-7516

URL city.misawa.lg.jp

facebook.com/misawacity

企画/編集 (一社)三沢市観光協会

〒033-0022 青森県三沢市大字三沢字淋代平116-2858

小川原湖観光センター「レクピア」2F

TEL:0176-59-2311 FAX:0176-59-2310

URL kite-misawa.com

facebook.com/misawasi.kanko

2020年2月発行

「基地だけじゃない」三沢市

三沢市は青森県の南東部に位置し、太平洋から吹く偏東風（やませ）とやわらかい土壌が特徴。「大空のまち」「国際文化都市」として知られ、基地がもたらした独自の食文化のほかに、豊かな自然に育まれた旬の食材が豊富です。

来て!みさわ2020-2021 目次

三沢6大グルメ	P04
飲食店	P06~P09
バーホッピング	P10
ショッピングガイド	P11
スカイプラザミサワ	P12
お土産セレクション	P13~P15
天然温泉	P16
宿泊施設	P17
アクティビティ	P18
小川原湖畔・市民の森	P20
青森県立三沢航空科学館	P22
寺山修司記念館	P24
道の駅みさわ斗南藩記念観光村	P26
仏沼	P27
イベントガイド	P28
交通アクセス	P30
広域マップ	P32
拡大マップ	P34
インデックス	P32~P35

ほっき貝

本州一の水揚げ量。漁期は資源保護のため12月～3月の4ヶ月。「身が大きく厚みがあり高品質」と全国でも高く評価されています。



三沢昼いか

日中に操業し水揚げ後すぐに陸送することで、翌日の中央市場の競りに間に合う鮮度抜群のスルメイカ。「赤とんぼ」の愛称で親しまれています。



ながいも

やわらかな土壌と冷涼な気候は、地中深く真っ直ぐ伸び、粘り強くアクの少ない色白で良質な長芋を生み出します。



ごぼう

三沢市は日本一のごぼうの里。やわらかな土壌と冷涼な気候が生育に最適です。白い肌と長さが特徴で、風味の良さとシャキシャキした食感が自慢です。



平爪蟹 (ヒラガニ)

年中捕獲される中型の蟹。旬は春～秋。大きくはありませんが良質の出汁が出るため、地元では素揚げや吸い物、鍋の材料として好まれます。



ヒラメ

青森県は天然ヒラメの漁獲量が日本一。春から秋にかけて連日多く漁獲されます。三沢漁港では鮮度と旨さにこだわり、『神経抜き活締め』を促進しています。



豚肉

独自の飼育法や飼料にこだわったブランド豚肉『やまざきポーク』は、ビタミンEが豊富であっさりした脂質とやわらかな肉質が特長。



にんじん だいこん

市場評価の高いにんじんは色形良く、生食からジュースまで、幅広い用途と食味の良さが特長。夏季の冷涼な気候を活かし、肌が白く、きめこまかく、張りとう光沢のある大根を栽培しています。



にんにく

JAおいらせ産は品質日本一。全農あおもりが実施する共進会で6年連続最優秀賞を受賞。ホワイト6片種大玉は雪のような白さで風味の良さが特長です。



パイカ料理



パイカ(豚バラ軟骨付肉)は以前あまり流通に乗ることのなかった希少部位。今では全国有数の豚処理頭数を誇る三沢の強みを活かしたパイカ料理が三沢の注目グルメ。市内十数店舗では、鍋・煮込み・ラーメン・カレーなどいろいろなメニューが提供されています。どうぞご賞味ください!



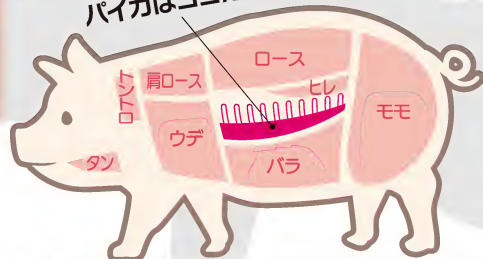
彩喰楽酒 だい天

住/中央町2-5-25
☎/0176-52-6157
営業/18:00~0:00
休/日曜 P/あり(無料)
misawa-daiten.com



三沢の注目 B級グルメ!

パイカはココだよ!



バラ焼き 発祥の地!

元祖

MISAWAうめじゃーFOOD

バラ焼き

戦後まもなく『三沢市』で
誕生したのがバラ焼き!



バラ焼き

パイカ

いか

チーズロール

ほっき

地産地消推進の店

提供店のマーク
35ページインデックスを
参照してください。

オススメは 活いか



三沢活いかの良さを堪能するなら、活かがオススメ! 活いかとは、三沢漁港で水揚げされ、生きた状態で提供される刺身のことです。肝醬油で食べる活いか刺しは絶品! 活いか以外にも、多くの飲食店で、いろいろないか料理を提供していますので、そちらもぜひご賞味ください。

旬の味炭火焼 いろり

住/中央町2-5-35
☎/0176-57-2719
営業/17:30~22:30
休/日曜 P/なし



※三沢漁港のいか水揚げ時期は概ね6月下旬から11月末まで。天候により水揚げができないこともありますのでご注意ください。

三沢のメジャーフードたち

6大名物

Misawa Gourmet



このプレートを入店に提示している飲食店では、英語メニューの制作や簡単な英会話対応、QRコードでの英語メニュー閲覧など、外国人のお客様が気軽にお食事に来てもらえるような取り組みを実施しています。

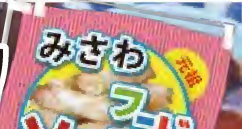
If you found the "E-Menu" plate at downtown restaurant' doors, you don't have to worry about language problems! Just come in!



このアイコンのお店ではドルの使用ができます。
You can use dollars in the shop with this icon.

三沢
ローカル
発信!

チーズロール



市民はもちろん
米国人にも大人気!

餃子の皮で包んだチーズをカラッと揚げる。皮のバリバリの食感と中のアツアツなチーズの相性はバツグン★他にも店舗によって様々なチーズロールがあります。

ヌードルハウス丸美屋

チーズロール発祥の店がここ丸美屋。先代店主が米軍のアメリカ人からアドバイスをもらって考案したという、日米合作B級グルメ。

住/中央町2-7-13
☎/0176-57-0383
営業/11:00~15:00
17:00~20:00
休/木・日曜 P/なし



日米合作 B級グルメ!!

三沢ほっき丼

提供期間:12月3日▶3月末



きらく亭

住/本町2-71-1
☎/0176-53-1087
営業/11:00~14:30
休/日曜 P/あり(無料)



ほっき貝を使用した「三沢ほっき丼」は、三沢を代表するご当地グルメ! 店によって調理方法が異なるのでいろいろな楽しむことができます。生、漬け、湯通し、炙り、天ぷらなど自分好みのほっき丼を味わってください。

有名から揚げ

三沢市民だけに留まらず、アメリカ人のハートもわしつかみ、カラッと揚げた大きな肉には、旨みがたっぷり。メニューはから揚げとドリンクのみ。テイクアウトが主流ですが店内でもどうぞ!



から揚げ 人生

住/平畑1-2-60 ☎/0176-53-5412
営業/15:00~20:00
休/月曜 P/あり(無料)



青森割烹 久庵



食材の他、器や箸まで
青森県産にこだわり統一
店主の目利きで仕入れ
た食材でその日最高の
メニューを提供。ランチ
メニューも豊富で絶品。

☎/幸町1-9-4
☎/0176-53-2310
🕒/11:30～13:30
17:00～22:00
🍷/日曜
🅑/なし



日本酒処 裏町酒場



店主厳選の全国各地の
日本酒が呑める
日本酒に造詣が深い店
主が仕入れるこだわりの
酒と、旬の食材を使っ
たメニューが充実。

☎/中央町2-5-7
M'sプラザII F
☎/0176-27-1057
🕒/17:00～Last
🍷/不定休
🍷/なし
uramachisakaba.com



拉麺点心 雷堂



異国情緒あふれる
三沢らしさ満載！
BBQ野菜辛味噌とんこ
つラーメンは、炭火で
炙ったチャーシューとス
パイシーなスープが外
国人にも大人気。

☎/堀口1-3-1
☎/0176-53-5250
🕒/月～土
11:00～14:30 17:00～20:00
日曜
17:00～20:00
🍷/火曜
🅑/あり(無料)



グリル大宮



辛さが選べる
絶品オリジナルカレー
アメリカ人も多く来店す
る人気店はドルの使用
もOK！カレーはもちろ
んのことサイドメニュー
も豊富。

☎/大町2-4-6
☎/0176-53-4777
🕒/11:00～20:00
🍷/火曜
🅑/あり(無料)



小料理 ひより



旬の食材をアレンジした
料理が定評

三沢漁港直送の魚介類
や食材をリーズナブル
な価格で堪能できます。
おまかせメニューもお
すすめ。

☎/中央町1-6-2
☎/0176-53-3939
🕒/17:00～22:00
(L.O.21:30)
🍷/日曜
🅑/なし



食彩 やま文



三沢産やまざきボーク
に舌鼓

三沢ブランド「やまざき
ボーク」のしゃぶしゃぶ
は、肉本来の旨味を引
き出す切り方で旨さあ
ふれる一品。

☎/下久保57-182
☎/0176-57-2953
🕒/17:00～22:00
🍷/火曜
🅑/あり(無料)



お食事処 和み



手作りのお惣菜も
見逃せない!!

地元食材を活かしたメ
ニューが豊富。かき揚げ
天そばは地場野菜をふ
んだんに使用した人気
メニュー。

☎/松園町3-10-1
ビートルプラザ内
☎/0176-57-4322
🕒/10:30～20:00 (L.O.19:00)
🍷/不定休
🅑/あり(無料)



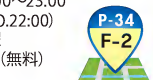
Off The Wall オフザウォール



海をテーマにした
ダイニングバー

とろ〜りココナッツソー
スがたっぷりのパン
ケーキやアメリカンな
ハンバーガーは外国人
にも大好評。

☎/中央町2-3-27
レントス2F
☎/0176-27-6106
🕒/11:00～14:00 (L.O.13:30)
金～土
17:00～23:00
(L.O.22:00)
🍷/日曜
🅑/あり(無料)



天傘



三沢市初の天ぷら専門店
地元の旬の食材と厳選された3種の油を使用。目の
前で揚げる天ぷらの味わいは格別です。

☎/中央町2-5-19 ミヤビビル1F2
☎/0176-27-6410
🕒/18:00～0:00 (L.O.23:30) ※要予約
🍷/日曜 🅑/なし localplace.jp/t200303806



御食事処 いや川



鍋やすき焼きが評判!!
地産地消に力を入れ、ごほうや長いも等、旬の特産
品を店主こだわりの味付けで提供。

☎/岡三沢6-115-30
☎/0176-57-1319・0176-53-8311
🕒/11:30～14:00 17:00～22:00
🍷/第1・3日曜 🅑/あり(無料)



North 40-40 ノースフォーティーフォーティー

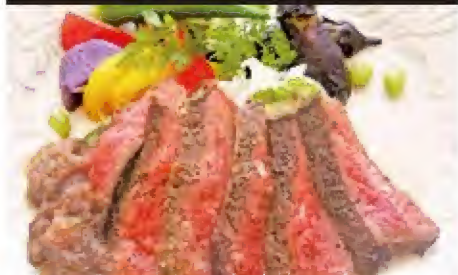


本格フレンチをカジュアルに
県産素材はもとより各地の美味しい素材も充実!
併設するケーキ店もバリエーション・味ともに人気。

☎/桜町2-7-14 ☎/0176-58-7091
🕒/17:30～0:00
(フードL.O.22:00) (ドリンクL.O.23:30)
🍷/水曜 🅑/あり(無料) north40-40.com



カフェ あるえっと



お洒落な空間で素敵なランチ
店内も料理も、全てにお洒落にこだわった隠れ家的
なカフェで素敵なランチをどうぞ!

☎/三沢南山60-2 ケアタウンひばり苑内
☎/0176-58-5141
🕒/11:00～17:00 (食事L.O.16:00) (飲物L.O.16:30)
🍷/火曜 🅑/あり(無料) joukoukai.or.jp



Acciuga アッチューガ



異国情緒あふれるイタリアン
地場産の食材とイタリアからの輸入食材やワインを
堪能できます。雰囲気もよくオシャレ。

☎/幸町1-9-12 ☎/0176-51-6625
🕒/11:30～14:00 (L.O.13:30)
18:00～22:00 (金は23:00)
🍷/月曜 🅑/あり(無料)



ハピワン



多国籍料理のビストロ
オシャレで美味しい料理とお酒が楽しめるので、
女子会やパーティーにも大好評!

☎/中央町2-3-26 ☎/0176-58-7376
🕒/ランチ平日のみ11:30～14:00 (L.O.13:30)
月～日曜17:30～23:30 (L.O.22:30)
金・土曜18:00～1:00 (L.O.0:00) 🍷/火曜 🅑/なし



焼肉酒場 ブタミンB



食べ放題・飲み放題あり!
リーズナブルに焼肉やステーキ、鉄板料理が楽しめ
ます。25名様以上で貸し切りもOK!

☎/中央町2-14-10 ☎/0176-51-6151
🕒/17:00～23:30 (L.O.23:00)
🍷/12/31 🅑/あり(無料)



Momo's Izakaya 福 -Huku-



パイカのトマト煮が大人気
トマト煮はたっぷり野菜入りで女性にも人気。地元
食材の郷土料理と地酒が好評。

☎/幸町1-7-5 ☎/0176-53-1492
🕒/11:30～14:00 17:30～23:00 (L.O.22:00) 日曜 20:00 (L.O.)
🍷/木曜 🅑/なし
misawa-huku.com



小笠原食堂



市民が親しむ地元の食堂
青森県ならではの定食をはじめ中華・洋食等メ
ニューが豊富。家族や団体でも利用できます。

☎/桜町2-15-25 ☎/0176-57-1467
🕒/11:00～15:00 17:00～21:00
🍷/月曜 🅑/あり(無料)



龍宝飯店 MISAWA



基地近く中華レストラン!
多国籍のお客さんが訪れるお店。人気メニューは「酢
鶏」。鶏肉と甘酢あんが相性抜群。

☎/幸町1-7-2 ☎/0176-52-2077
🕒/11:30～15:00 17:00～21:00
🍷/第1火曜 🅑/あり(無料)



そば処 おお山



本格自家製麺のおそば屋
こだわりの手作り麺はどれも逸品。中華そばも人気
で市民に愛される定番メニュー。

☎/中央町4-5-25 ☎/0176-53-2414
🕒/11:00～14:30 17:00～20:00 (水曜は14:30)
🍷/日曜 🅑/あり(無料)



とうてつ 駅そば



昭和39年創業、三沢市民の定番
安い!早い!旨い!市民の暮らしに密着した「駅そば」
が新駅舎に復活!

☎/犬落瀬古間木355-2みーくる1F
☎/0176-53-3139
🕒/7:00～19:00
🍷/1/1 🅑/あり(有料)



★★★★★
インシヨクテン
飲食店
Misawa City Guide
2020-2021
Kise Misawa

おい、お待ち！
旨さに笑顔◎二重丸
鮮度抜群な
三沢の寿司！

鰯 大竹

厳選素材を活かした最高の料理をご提供
一品ずつ品定めした旬の食材料理が豊富。寿司とうなぎが旨い店で有名。

☎/岡三沢1-1-6 ☎/0176-57-2923
🕒/11:00～14:00 (L.O.13:30)
16:00～22:00 (L.O.21:00)
📅/月曜 📅/あり(無料)
sushiootake.jp

P-33
A-2

喜久寿司

気軽に利用できる
創業60年の老舗すし店
リーズナブルな和食セットが多数あり、一人でも気軽に利用できます。

☎/中央町2-11-2 ☎/0176-53-3476
🕒/11:30～14:30 17:00～22:00
📅/不定休 📅/あり(無料)

P-34
F-1

宝寿司

壁面サイズの巨大水槽から
海の恵みを堪能
カウンターには貝類専用のいけすもあり、活きのいい状態で料理を提供。

☎/中央町3-2-1 ☎/0176-53-1515
🕒/16:00～22:00
📅/日曜 📅/あり(無料)

P-34
G-2

すし処 魚らく

新鮮なネタとお米にこだわった寿司が好評
人気のかご盛りは季節の彩りをふんだんに堪能できる。旬メニューも人気。

☎/幸町1-6-6 ☎/0176-53-8734
🕒/11:30～14:00 (L.O.13:30) 要予約
17:00～22:00 (L.O.21:00)
📅/あり(無料) ※満車の場合は市営駐車場1時間お店負担
📅/日曜
gyoraku.com

P-34
E-2

寿司しのぶ

肉厚で新鮮なネタはボリューム満点
40年以上変わらぬ味を保ち続ける老舗店。旬の食材料理の宴会メニュー有。

☎/中央町2-6-61 ☎/0176-53-6693
🕒/17:00～23:00
📅/なし
📅/なし(向かいに有料駐車場あり)

P-34
G-2

鰯ダイニング ほうらい

鮮度のいい食材を使った創作料理が人気
鮮度のいい地元食材を使った「ほうらいオリジナルメニュー」はイチオシ！

☎/中央町2-5-36 小向製薬ビル1F ☎/0176-57-3454
🕒/17:00～23:00 (L.O.22:30)
📅/日曜 📅/あり(無料)

P-34
F-2

鰯道楽 一八

気風のいいイキな寿司屋で青森の魚を堪能
活きのいい魚介はもちろん。県産酒飲み比べセットがあり地酒が楽しめます。

☎/幸町1-8-5 ☎/0176-53-1118
🕒/17:00～23:00
📅/月曜 📅/なし(裏に24時間市営駐車場有り)

P-34
E-2

新寿司

良質で新鮮なネタが旨く常連客で賑わう
鮮度を誇るネタが旨さの決め手。地元の常連客で賑わう。

☎/中央町1-7-13 ☎/0176-52-2289
🕒/17:45～23:00
📅/日曜 📅/あり(無料)

P-34
G-3

錦寿司

県産極上フランス鴨の鍋がつくコースが美味
ボリュームがありリーズナブルな価格で美味しい旬の料理が定評。団体可。

☎/中央町2-7-2 ☎/0176-52-7711
🕒/17:00～23:00
📅/日曜 📅/なし

P-34
G-2

寿司割烹 福水

船主だから鮮度抜群！接待も好評な寿司割烹
水揚げされたばかりの活魚を贅沢に使った、満足度の高い料理が豊富。

☎/中央町2-3-7 ☎/0176-53-8167
🕒/11:30～13:30 (要予約) 16:30～23:00 (L.O.22:00)
📅/日曜 📅/あり(無料)

P-34
F-2

鰯 十兵衛

豊富な海の幸を巧みな職人技でさばく
毎日その日に水揚げされた新鮮な魚を使用。気軽に美味しくがモットー。

☎/中央町2-7-36 ☎/0176-53-7512
🕒/17:00～23:00
📅/日曜 (予約の場合は営業) 📅/あり(無料)

P-34
G-2

あんたが大将

県内外の日本酒を数多く取りそろえ！
県産地場産品の料理を提供。特に三沢特産パイカを活用した煮パイカ炙りは農林水産大臣賞受賞の逸品。

☎/中央町2-3-6 ☎/0176-53-5089
🕒/17:00～0:00
📅/日曜 📅/なし

P-34
F-2

酒菜彩々 ほうりょう

三沢漁港の新鮮な地魚が堪能できる
地元の旬の素材を活かしたメニューが豊富。和食の創作料理は盛り付けも美しく女性にも人気。

☎/中央町2-3-34 ニューアタイムビル2F ☎/0176-57-4565
🕒/17:00～0:00 (L.O.23:00)
🕒/12/31・1/1 📅/なし

P-34
F-2

立ち食い立ち飲みサンド屋さん Naughty

三沢のメはサンドイッチ!!
夜の立ち飲みサンド屋さん。テイクアウトやパーティープレートもOK！

☎/中央町2-5-1 ☎/080-5552-8333
🕒/21:00～2:00
📅/日曜 (祝日の場合翌日) 📅/なし
noriusmisawa.jimdo.com

P-34
F-2

Drink Bar 「D-Wall」

セルフスタイルのドリンクバー
オシャレで女性客も多く気軽に楽しめる。最大50名までの貸切りパーティーも可能。

☎/中央町2-6-36 ☎/0176-27-5251
🕒/月～土曜 18:00～0:00 (L.O.23:00)
日曜 18:00～22:00 (L.O.21:30)
📅/月曜 📅/なし d-wall.jp

P-34
F-2

鳥こう

早い！旨い！がモットー！
焼き鳥をメインに幅広いメニューを品そろえ。多くのお客さんが訪れ活気あふれる店。

☎/中央町2-7-27 ☎/0176-53-5303
🕒/17:30～22:30
📅/日・祝日 📅/なし

P-34
G-2

ダイニングバー-GATHERS ギャザース

ハイレソの音楽に耳を傾けながら
落ち着いた洋風のウッディな店内のダイニングバー。こだわりの洋食と豊富なドリンクをゆっくり楽しむことができます。

☎/中央町2-6-36 ☎/0176-27-5251
🕒/月～土曜 18:00～0:00 (L.O.23:00)
日曜 18:00～22:00 (L.O.21:30)
📅/木曜 📅/なし

P-34
G-2

みさ活魚センター

地元の海鮮を浜焼きで味わえる
新鮮な魚介類をその場で焼いて楽しめるBBQスタイル。他、自慢の馬肉料理を中心に地元食材のメニューも豊富。

☎/中央町1-6-16 ☎/0176-27-6961
🕒/17:00～Last
日曜は15:00～
📅/なし 📅/なし
misawa-katsugyo.jp

P-34
F-2

居酒屋 北條

店主が収穫した限定メニューも必見
地元食材を使ったメニューはもちろん食の旬を大事にする店主が釣った魚や山菜の特別メニューもあり！

☎/中央町2-6-1 ニューユタカビル2F ☎/0176-57-4080
🕒/18:00～0:00
📅/月曜 (祝日の場合営業) 📅/なし

P-34
G-2

酒菜食彩 和がや

三沢の旨い！がここに
三沢漁港から仕入れた新鮮な魚介をその日のうちにその場で調理。青森県産の地酒・食材を使った地産地消店です。

☎/中央町1-6-17 ☎/0176-50-1558
🕒/17:00～0:00
📅/なし 📅/なし
misawa-wagaya.jp

P-34
F-2

居酒屋 いっぽう

BIGなしゅうまいにビックリ!!
自家製しゅうまいは持ち帰りも可。昔ながらの落ち着いた店内でくつろぎのひとときを。

☎/中央町1-2-13 ☎/0176-57-4616
🕒/17:00～0:00 (L.O.23:00)
📅/日曜 (月祝日の場合営業) 📅/なし

P-34
F-3

三沢空港売店 スカイマートビードル

地域の魅力あるお土産を提供できるよう県南地方をはじめ、津軽・岩手県北の商品まで幅広く取りそろえています。

住/三沢下夕沢83-198
☎/0176-51-1460
営/8:40～19:00
休/なし
P/あり(無料)

人気お土産！

たわわ 5個入 1,242円 10個入 2,441円	三沢おつまみこぼろ ・旨辛きんぴら味・ピリ辛トマト味・はちみつりんご味 各360円	密判三沢メンチカツバーガー弁当 ファーストクラス 850円 エコノミークラス 600円
---	---	--

道の駅みさわ くれ馬ば〜く

旬の新鮮野菜をお求めやすい価格で販売しています。

住/谷地頭4-298-652
☎/0176-59-2711
営/9:00～18:30
(11月～3月17:30)
休/12/31・1/1
P/あり(無料)

道の駅みさわ くれ馬ば〜く

アメリカ家具メクレンバーグ

現地の家具を低価格で販売

ソファやキャビネット類、中古品、アウトレット品を大量に展示。是非一度足を運んでみよう!!

住/上久保1-31-4084
☎/0176-53-8000
営/12:00～18:30
休/木曜
P/あり(無料)
meckren.fc2web.com

スカイショップ HIRANO

マニア必見！三沢ならではの自衛隊グッズが勢ぞろい

隊員御用達のヘルメットバッグはカッコよく、素材もしっかりしていてオススメ!

住/中央町3-3-1
☎/0176-53-3500
営/10:00～18:00
休/土・日・祝日
P/あり(無料)
skyshop-hirano.com

星野リゾート 青森屋 じゃわめぐ売店

青森屋オリジナル商品を中心に、青森の名産品や地酒、伝統工芸品など豊富に取りそろえています。

住/古間木山56
☎/0570-073-022
(星野リゾート予約センター)
営/7:00～0:00
休/要問い合わせ
P/あり(無料)

人気お土産！

めりんごラヴドジャ 10枚入り 980円 20枚入り 1,840円	め極 サンドクッキー 6枚入り 1,080円 12枚入り 1,960円	こぼろチョコせんべい 各色 1,200円
--	--	--------------------------------

三沢航空科学館売店 ミュージアムショップ

話題のF35グッズやここでしか買えないグッズがあります。

住/三沢北山158
☎/0176-50-7777
営/9:00～17:00
(入館は16:30まで)
休/月曜(祝日の場合翌日)
P/あり(無料)

コイワブルーウッズ

マニア必見！ミリタリーショップ

米軍現用ミリタリーグッズが盛り沢山！基地の街ならではのグッズは必見！ゆるキャラマグカップもあります。

住/中央町1-1-1 市役所前角
☎/0176-53-8854
営/10:00～19:00
休/火曜
P/あり(無料)

Tomabechi& 花園館

かわいい雑貨とお花で女性に大人気

懐かしさを感じるものからナチュラルでかわいいものまで、多彩な雑貨アイテムが充実。

住/中央町2-15-4
☎/Tomabechi:0176-53-2723
花園館:0176-52-5043
営/Tomabechi:10:00～19:00
花園館:10:00～19:00
休/1/1～1/3
P/あり(無料)

国際交流が盛んな三沢市には、通称「アメリカンバー」と呼ばれる店など、その他国際色豊かなバーが点在しています。三沢ならではの異国情緒あふれる雰囲気や、国籍を問わない気軽な国際交流が楽しめます。

Second live bar FOREVER フォーエバー

三沢の老舗Rock'n'Roll BAR

住/中央町2-10-33
☎/090-7793-5590
営/19:00～
休/不定休
P/なし

DACHA ダーチャ

最新の照明設備とオールジャンルのクラブ

住/中央町2-8-32
☎/0176-53-2828
営/20:00～
(10月～3月は21:00～)
休/月・火曜
P/なし

TUBES チューブス

外国の雰囲気を楽しめるバー

住/中央町2-3-34
☎/0176-52-6452
営/11:30～23:00(月～木) 11:30～0:00(金曜) 17:00～0:00(土曜)
休/日曜
P/なし

2style ツースタイル

オリジナルショットが豊富

住/幸町1-7-6
☎/なし
営/20:00～Last
休/月曜
P/なし

KARMA カルマ

音楽×ART×水たばこmysticなバー

住/中央町2 はまなす館
☎/090-3756-5404
営/20:00～0:00
休/日・月曜
P/なし

Carbs キャブス

ビリヤードやダーツが楽しめるバー

住/中央町2-10-34
☎/0176-57-5859
営/21:00～Last
休/日～木曜
(3連休の日曜は営業)
P/なし

NITROUS ナイトロウス

気軽に立ち寄って楽しめるバー

住/中央町1-3-3
☎/0176-50-0232
営/20:00～2:00(月～金) 20:00～3:00(土曜)
休/日曜
(3連休の日曜は営業)
P/なし

MISAWA NIGHT HOPPERS

夜の街歩きガイド団体 ミサワナイトホッパーズ

アメリカンバーを、今話題の街歩きというスタイルで案内してくれるガイド、Misawa Night Hoppers / 仲間と一緒にBarを跳ねまわるように移動し、飲むことをBar Hoppingと呼びます。開けにくい扉も開けてくれますし、ガイドと一緒に怖くありません。仕事や旅行で来た方も、地元の方も、是非ご参加ください。

さあ、日常とはちょっと違った場所へ！ガイドと一緒に三沢の夜をBar Hoppingしてみませんか？

参加費	お一人様 1,500円 (保険料・ガイド代・記念品含む) ドリンク代はご本人負担	お問い合わせ・申し込み 338nighthoppers@gmail.com sites.google.com/site/misawanighthoppers/ f Misawa Night Hoppers
実施期間	毎週 木・金・土 ※他は要相談	
申し込み締め切り	実施日の3日前	

★ Bar Hopping ルート(例) ★

《開始時刻20:00》
・スカイプラザミサワ正面入り口前集合

1時間半コース

三沢基地 正門前

・1軒目のBAR
・三沢の小路散策

・2軒目のBAR
・記念撮影・記念品
《解散21:30》

インドネシア生まれ、青森育ちのスイーツ。
「銀座のクエラピス」
スモークフレーバーが
お酒とよくマッチ。

クエラピス

4ヶ入(各1個) 1,800円

8ヶ入(各2個) 3,600円

☎/North40-40 ☎/0176-58-7091 kuehlapis.jp

・スモークフレーバー ・キャラメルナッツスモーク
・グラナダバナナ ・シャンパンストロベリー



5つの林檎 2,138円

りんごの一大生産
地で蒸留された
アップルブラン
デーを贅沢に使用。
ブルーティーで華
やかな香りとエレ
ガントで甘いりん
ごの味わいのブラ
ンデーケーキはご
贈答にも人気。

☎/ラ・フランス
☎/0176-52-5730



りんごスター

(S)2,160円

(L)3,240円

☎/白い森 ☎/0176-50-2660



コーヒー入りの
白あんを
パイで包んだ
焼き菓子。

三沢銘菓 きざき野

(1個)110円

(1箱)10個入

1,200円(箱代含)

☎/ニューサカモト ☎/0176-57-3828



サクリ生地、洋風味とじっくり生地の和風
味が楽しめる。どちらも大きな栗がまるごと
入った贅沢な味わい。

みちのく まるん

(5個入)1,150円～

☎/夢菓房 京丹

☎/0176-53-8111 kyofune.jp



じっくりチョコレートをやわらかクッキーで
包んで焼き上げたソフトクッキー。優しい口
当たりと味わいが人気。

三沢浪漫飛行

(1個)108円

(10個入)1,188円

☎/欧風菓子工房ルモンド

☎/0176-52-7677 le-monde.ne.jp



昭和27年創業以来、手焼きにこだわり丹念
に焼き上げたせんべい。

手焼きせんべい

☎/なりけん

☎/0176-53-2214 nariken.mobi



青森県産長芋をミネラルたっぷりのすだき糖
でコクのある甘味と自然の色合いに仕上げ
た一品。本物の長芋が入っている様なパッ
ケージでお土産にもピッタリ。

ながいも羊羹

(3個入) 864円

(6個入) 1,620円

☎/お菓子のみやきん三沢店

☎/0120-31-3263 (本社) okashinomiyakin.com



ピーカン パイ

1,296円



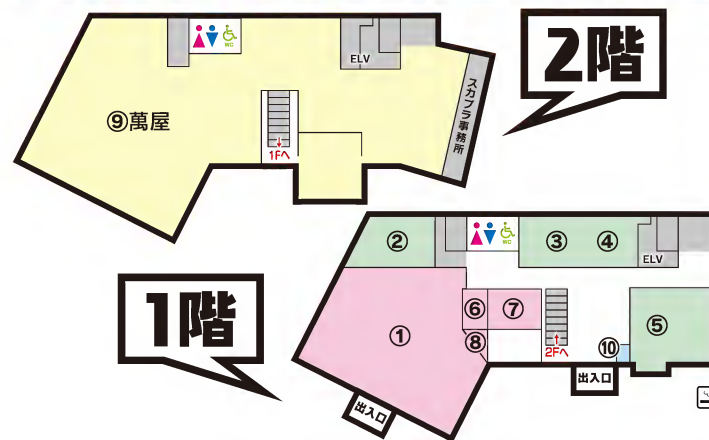
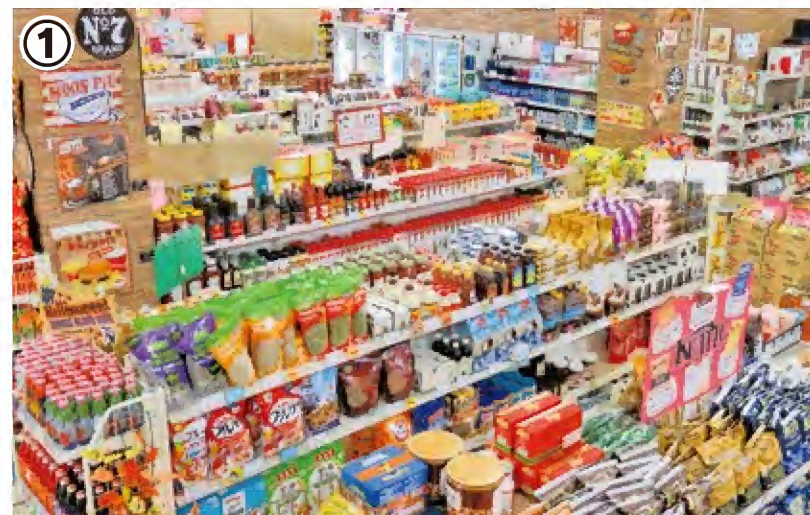
アメリカン ドーナツ

108円

米軍基地のドーナツを日本向けにアレンジし
た昔ながらの三沢の定番ドーナツ。

☎/パティスリータカノむさし屋

☎/0176-53-2053



米軍基地・アメリカ・インターナショナルに
こだわった商品がもりだくさん!
来るたび新しい商品が待ってまーす♪

☎/中央町2-8-34 ☎/0176-51-1712

☎/10:00～20:00 休/1/1 P/あり(無料)

●主な店舗/ピッツェリアマッシモ・ラニチキンファクトリー
Jack & Betty・萬屋・MISS VEEDOL SHOP TSUZUKI・DEMZU
LIFE・ふうはうす



② Jack & Betty

ホットドッグは驚きの8種類!!
アメリカンローカルホットドッグは、すべてオリジナルソーセージを使用。
パリッとジューシーで肉のうま味たっぷり!
住/スカプラ1F ☎/0176-51-6667
営/11:00～19:00 (L.O.18:45) 休/スカプラ定休日

③ PIZZERIA MASSIMO (ピッツェリア マッシモ)

本格ナポリピッツァ!
1枚800円から

イタリアから輸入している石窯や主食材
で焼き上げるナポリピッツァはモチモ
チの食感。
住/スカプラ1F
☎/0176-51-7270
営/平日11:00～20:30 (L.O.)
日・祝日11:00～19:30 (L.O.)
休/火曜・スカプラ定休日
beresford.co.jp/pizzeriamassimo

④ ラニチキンファクトリー

ハワイのローカルフード、
フリフリチキン

フリフリとはハワイ語で「回す」という意
味。こんがり香ばしい本場の味が味わえ
ます。
住/スカプラ1F
☎/090-6258-7299
営/平日11:00～20:00 (L.O.)
日・祝日11:00～19:00 (L.O.)
休/火曜・スカプラ定休日

⑤ CAFE & BAR LIFE

時間とともに変化する
カフェ&バー

店長が選んだスペシャルティコーヒー
豆を自家焙煎しており、煎りたて、挽きた
て、淹れたての飛び切り美味しいコー
ヒーを味わうことができます。
住/スカプラ1F
☎/0176-51-3616
営/10:00～19:00
休/水曜 life-cafebar.jp/

⑥ DEMZU

「カワイイ!!!」「オシャレ!!!」が
ギョウとつまっている

アクセサリー・雑貨・洋服など多彩な商
品がそろっています。プレゼントに最適
な一品も見つかる!
住/スカプラ1F
☎/0176-53-3233
営/10:00～20:00
休/スカプラ定休日

⑦ MISS VEEDOL SHOP TSUZUKI

アメリカ直輸入の帽子類やミズビードル
号グッズの専門ショップ。
住/スカプラ1F
☎/0176-58-5526
営/10:00～19:00
休/スカプラ定休日

⑧ ふうはうす

軍用品とUSA輸入ブランドの店。米軍
ジャケットや米軍基地で使用されている
イスが人気。
住/スカプラ1F
☎/090-3368-2840
営/10:00～19:00
休/スカプラ定休日

⑨ 萬屋

なんでも買います!!
萬屋!!

おもちゃ、カード、ゲーム、CD、DVD、家
電、古着、コミック、釣具、楽器、UFO
キャッチャーなど取扱は多種多様♪中
古総合エンターテインメントがココにあ
るッ!
住/スカプラ2F
☎/0176-58-6592
営/10:00～23:00
休/なし

⑩ 三沢外貨両替センター

三沢ならではの外貨両替所。米ドルや
ユーロなど10種類の通貨をお得なレ
ートで両替でき、自動両替機もご利用可能。
住/スカプラ1F
☎/0176-53-2251
営/平日10:30～17:30
土・日・祝日10:30～16:00
休/年末年始・スカプラ定休日・臨時休



みさわパイカ煮

(赤ワイン煮・トマト煮) 各778円

地元特選素材だけをかけあわせて
三沢市がギュッと詰まったご当地グルメ。
☎/(株) だい天 ☎/0176-58-0361 misawa-daiten.com



三沢 パイカカレー 648円

米軍基地のアメリカ人からアドバイスを受け、パイカの硬さやスパイスを調整しました。
少し辛めでボリューム満点！
自慢の逸品。

☎/三沢市観光協会 ☎/0176-59-2311 kite-misawa.com



巧房パイカシリーズ

(カレー・丼の素・ミートソース) 各648円 (パイカ鍋) 1,296円

パイカを使ったレトルトシリーズ。パイカを様々な食べ方で味わうことができます。

☎/(同) 巧房 ☎/0176-51-2855 paikajp

パイカについてはP5をご参照ください。



三沢名物 ほつき味噌

(1個)850円

ごはんのお供にしても、
お酒のつまみにしても美味。
三沢産のほつき貝のみを使用した贅沢な一品。

☎/みっちゃん工房 ☎/080-6046-7755



三咲羽や詰め合わせ 三沢産ほつき貝シリーズ

3,600円(セット価格/箱代含む)

ほつきクリームコロッケ、ほつき味噌、ほつき粕漬の贅沢なほつき尽くしを堪能できる
季節限定商品。(12月~3月) ※要予約

☎/(有) 三咲羽や ☎/0176-57-3481 misawaya-aomori.com



あおもり ホツキ弁当

1,300円

ほつきみそ、ソテー、フライ、炊き込みご飯と贅沢な味わいを実感できるお弁当に仕上げました。



ゴボウそば 480円

三沢市の特産品ゴボウと
県産石臼挽そば粉の香りを
ご家庭でいつでもおいしく味わえます。

☎/三沢市商工会女性部
☎/0176-53-2175



規格外ゴボウをゴボウ茶に生かし、地域の活性化と健康づくりを提案。

みさわ ごぼう茶

(1袋)1,180円~

☎/(株) Growth
☎/0176-52-6317
aomori-growth.com



ささがきゴボウを調味してから乾燥させた健康志向のおやつ。
調味料にこだわった塩・甘酢・醤油・味噌4種のバリエーション。

Goboco 各440円

☎/空飛ぶごぼうPROJECT
☎/0176-78-9107
sora-gobo.com/



すりおろしたての風味そのまま
やませながいもの「冷凍とろろ」

やませ ながいも

2,700円
(80g×12個セット)

☎/材(株)
☎/0176-51-6440
yamase-nagaimo.jp



新堂農園 ガーリック オリーブオイル

(85g) 1,296円

こだわりの土づくりによって生産された大玉にんにくを丸ごと使用し、エクストラバージンオイルに低温でじっくり漬け込みました。

☎/ジョイント・ファーム(株)
☎/0176-58-6511
shindo-farm.com



日本一のごぼうの他、長いも、にんにく、レンジにんにく、黒にんにく入りの鮮度自慢の詰め合わせ。

もっちり セット

(2kg) 2,160円~

※期間限定販売につき
ご注文時確認必要

☎/Aコープみさわ店
☎/0176-54-2665



日本全国の厳選されたお米を取りそろえている。贈り物にピッタリな「ペボラ」(お米2合分)で自分だけのオリジナルプレゼントを作ることができます。

☎/KOMEKUUTO三沢店
☎/0176-27-1265
peborajp



米糠とごぼう ふりかけ

三沢のごぼうを米糠と一緒に、健康ふりかけで味わおう。



ごぼう 健康みそ 500円

ごぼうの食感が癖になる。そのままでも、料理の味付でも幅広い用途で重宝します。

三沢ごぼううめ~んち 650円~

ささがきゴボウが30%だから食物繊維がたっぷり。カロリー半分でヘルシー!!
加工済だから簡単に食卓へ。



☎/ふろむ三沢 ☎/0176-51-1792
misawa-gobou.com



★ ★ ★ ★ ★

Shukuhaku Shitsu

宿泊施設

2020-2021

Misawa City Guide

星野リゾート

青森屋

住 所:古間木山56

電 話:0570-073-022

(星野リゾート予約センター)

駐車場:あり(無料)

In 15:00 - Out 12:00

<https://hoshinoresort's.com/ja/hotels/aomoriya/>

Wi-Fi

※ロビーや一部施設

(宿泊者限定)

2020-2021

Misawa City Guide

星野リゾート

青森屋

住 所:古間木山56

電 話:0570-073-022

(星野リゾート予約センター)

駐車場:あり(無料)

In 15:00 - Out 12:00

<https://hoshinoresort's.com/ja/hotels/aomoriya/>

Wi-Fi

※ロビーや一部施設

(宿泊者限定)

ヨッテマレ酒場

みちのく祭りや

夜遅くまで盛り上がる酒場では、青森ならではの地酒や珍味を数多くご用意。日帰りでもご利用いただけます。

青森4大祭りを1年中楽しめるショーレストラン「みちのく祭りや」。

まるで池に浮いているような開放感ある造りの露天風呂「浮湯」。とりといた肌触りのアルカリ性単純温泉が源泉かけ流しで楽しめます。

湯冷めをしたくないあなたには

「元湯」「平畑」「保養」

※取材時の個人の感想に基づいたものです。

★ ★ ★ ★ ★

テンネンオンセン

天然温泉

三沢の公衆浴場は

全て天然温泉

三沢市は市内に11カ所もある温泉天国。仕事帰りはもちろん、家族連れの利用も多く生活に密着しています。手頃な価格で天然温泉が楽しめる！そんな三沢市の温泉あれこれを一挙公開！

CHECK POINT

こんな方に

オススメ

「熱くなければ温泉じゃない」

というあなたには

「三陸」「市民の森」「太郎」

「仕事が遅くなつても入れる

深夜営業の温泉

「かわむら」「平畑」「空港」

「シャワー・カランの水圧が強い温泉は

「あおば」「市民の森」「三陸」「木崎野」

「仕事の前に入る早朝営業の温泉は

「桂」「木崎野」

「熱いのは苦手」というあなたには

「あおば」

「湯冷めをしたくないあなたには

「元湯」「平畑」「保養」

※取材時の個人の感想に基づいたものです。

レトロモダンな造りの施設。美肌の湯。

ぬるぬる感のあるお湯が特徴。

桂温泉

営業/5:00～23:00

料 金/大人350円・小学生100円・幼児50円・70才以上280円

住 所/岡三沢1-1-87

電 話/0176-57-4335

駐車場/あり(無料) 定休日/なし

木崎野温泉

営業/5:00～22:00

料 金/大人330円・小学生120円・幼児50円

住 所/東町3-6-2

電 話/0176-53-8700

駐車場/あり(無料) 定休日/なし

市民の森 温泉浴場

営業/9:30～21:00

料 金/大人220円・小学生110円(市民割引あり)

住 所/三沢淋代平116-2945

電 話/0176-59-3388

駐車場/あり(無料) 定休日/第3月曜・12/31～1/1

三陸温泉

営業/8:00～22:00

料 金/大人300円・小人100円・幼児50円

住 所/三川目3-912-1

電 話/0176-54-2857

駐車場/あり(無料) 定休日/年末年始・第1・3・5木曜

あおば温泉

営業/6:00～23:00(第2火曜は16:00～)

料 金/大人380円・小学生150円・幼児70円

住 所/花園町5-31-3805

電 話/0176-50-1455

駐車場/あり(無料) 定休日/なし

Wi-Fi

ホテルルートイン三沢

住 所/幸町1-9-2

電 話/0176-50-1011

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 10:00

misawa@route-inn.co.jp

Wi-Fi

三沢シティホテル

住 所/中央町2-1-1

電 話/0176-52-7777

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 10:00

misawa-cityhotel.com

Wi-Fi

ホテルミサウイン コーヨー

住 所/幸町1-6-8

電 話/0176-53-5511

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 11:00

hotel-koyoen.com

Wi-Fi

三沢プリンセスホテル

住 所/幸町1-3-26

電 話/0176-57-2351

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 10:00

princesshotel.jp/princessH

Wi-Fi

三沢ハイランドホテル

住 所/中央町3-9-38

電 話/0176-58-5881

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 10:00

misawahighland.co.jp

Wi-Fi

アネックスプリンセスホテル

住 所/幸町1-6-48

電 話/0176-51-8181

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 10:00

princesshotel.jp/annex

Wi-Fi

ホテルグランヒルつたや

住 所/松園町3-8-4

電 話/0176-53-1000

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 11:00

grandhill.net

Wi-Fi

ビジネスホテルKOYOEN

住 所/幸町1-9-40

電 話/0176-53-4900

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 11:00

princesshotel.jp/annex

Wi-Fi

ホテルトラストイン

住 所/中央町1-7-12

電 話/0176-58-7714

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 11:00

trust-inn.net

Wi-Fi

ホテル天水

住 所/古間木山89

電 話/0120-310-412

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 10:00

hotel-tensui.com

Wi-Fi

ビジネスホテルビッグウエスト

住 所/中央町1-7-19

電 話/0176-51-1500

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 10:00

Wi-Fi

サニーフラットビジネス民宿

住 所/東町4-4-6

電 話/0176-53-5780

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 10:00

Wi-Fi

旅館福井荘

住 所/中央町1-2-16

電 話/0176-53-3529

駐車場/あり(無料)

Wi-Fi

市民の森やすらぎ荘

住 所/三沢淋代平116-2945

電 話/0176-59-3388

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 10:00

misawashi-jichikousya.net/yasuragi

Wi-Fi

小川原湖畔コテージ

住 所/三沢淋代平116-2857

電 話/0176-59-2830

駐車場/あり(無料)

In 15:00 - Out 10:00

kite-misawa.com/camp/

市民の森 温泉浴場

営業/9:30～21:00

料 金/大人220円・小学生110円(市民割引あり)

住 所/三沢淋代平116-2945

電 話/0176-59-3388

駐車場/あり(無料) 定休日/第3月曜・12/31～1/1

座湯でしっかりあたたまる中心街の温泉。

スパハウスかわむら

営業/9:00～0:00

料 金/大人350円・小学生150円・幼児50円

住 所/中央町2-10-23

電 話/0176-53-2244

駐車場/あり(無料) 定休日/第1月曜

とにかく湯量が豊富なナトリウム塩化温泉。

太郎温泉

営業/6:00～23:00

料 金/大人280円・中人150円・幼児80円

住 所/深谷2-49-2

電 話/0176-53-4649

駐車場/あり(無料) 定休日/なし

古い建物が歴史を感じる温泉。

三沢保養センター

営業/6:00～21:00

料 金/大人300円・小人140円・幼児70円

住 所/三沢園沢41-32

電 話/0176-53-4167

駐車場/あり(無料) 定休日/なし

サラッとしたクセのない泉質で湯冷めしにくい。

平畑温泉

営業/6:00～0:00

料 金/大人330円・小学生150円・幼児50円

住 所/岡三沢8-83-2

電 話/0176-57-4045

駐車場/あり(無料) 定休日/なし

座湯でしっかりあたたまる中心街の温泉。

三沢空港温泉

営業/5:00～0:00

料 金/大人370円・小学生150円・幼児50円

住 所/東岡三沢1-83-90

電 話/0176-53-4167

駐車場/あり(無料) 定休日/年2回不定休

湯治場を彷彿させるレトロな雰囲気。

星野リゾート青森屋 元湯

営業/9:00～21:00(最終受付20:00)

料 金/大人450円・小学生150円

幼児4歳以上60円・3歳未満無料

住 所/古間木山56 星野リゾート青森屋内

電 話/0176-51-1116 駐車場/あり(無料) 定休日/要問い合わせ

おもしろ体験が、いっぱい。

自然と遊ぼう！

三沢市には海があり、湖があり、歴史があり、空の物語があります。アウトドアも遊びも楽しめる要素が満載です。また「四季折々によって変化する自然をおもいきり楽しめる」ことも三沢市の魅力のひとつです。三沢を、遊びたおそう！



●/カヤック体験：お一人様【1時間】
大人 3,000円(高校生以上) 子供 1,500円(5歳～中学生まで)
カヤックツアー：お一人様【2時間30分】
大人 6,000円(高校生以上) 子供 3,000円(中学生)
※指導料・用具レンタル料・保険料込み

Activity 01

小川原湖で カヤック体験

小川原湖は遠浅でカヤック初心者でも体験しやすい環境です。普段見慣れた風景とは違った景色を湖面より見ることが出来ます。また、カヤックは年齢を問わず、だれでも楽しむことのできる人気のアクティビティです。この機会にぜひ、小川原湖を漕いでみませんか？



More Active @小川原湖

BBQグリルレンタル



食材の準備だけでOK！
本格バーベキューを楽しもう！！ ※要予約
●/グリル・ダッチオーブン等【半日～1日】
500円～1,500円

SUP体験



注目の水辺のアクティビティ『SUP』
(スタンドアップパドルボードの略)。※要予約

アウトドアクッキング



ダッチオーブンやスキレットにBBQグリルなどの憧れの道具を使ってのアウトドアクッキング体験！大人も子供も、みんなで一緒に楽しめるプログラム。 ※要予約

わかさぎ釣りのお問い合わせ
青森フィッシングガイド(西本) ☎/090-3506-6608
●/三沢小山田8-9自然ふれあい広場 aomori-fishing-guide.com

左記以外のお問い合わせ
小川原湖カヤックラボ ☎/080-6023-7191
●/三沢湊代平116-2858 ogawarakokayak.com

Activity 02

姉沼で わかさぎ釣り

姉沼は、天然わかさが湧いてくる圧倒的な資源量で、例年1月下旬～3月15日の期間、わかさぎ釣りを体験することができます。駐車場、トイレ完備、道具レンタルあります。釣ったわかさをその場で調理したり、市民の森にある食堂「おおせつか」で天ぷらにしてもらうことも可能です。初めての方や女性の方、観光でぶらり立ち寄っても楽しめます。

わかさぎ釣り 基本料金：遊漁券300円+駐車料金300円/台
●/6:30～17:00 【要予約】前日18時まで aomori-fishing-guide.com



レンタル用品



●テント 2人用：2,000円
3人用：3,000円
4人用：4,000円

観光の途中で手ぶらでも、道具をそろえる前でもわかさぎ釣りデビューができるレンタルサービスがあります。レンタル用品は数に限りがありますので事前予約がオススメです。

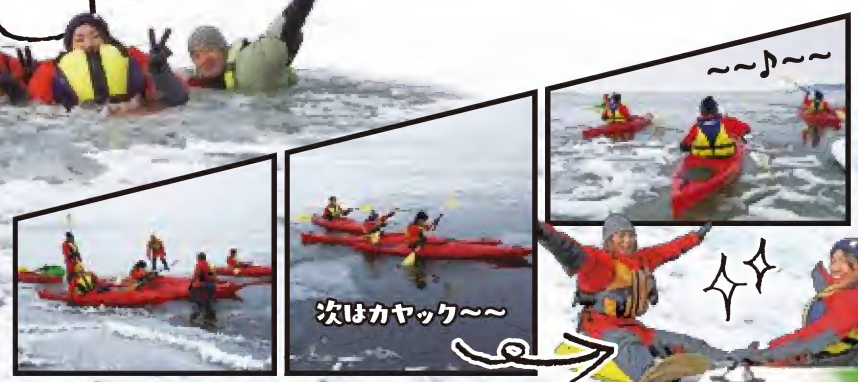
Activity 03

アイスウォーク アイスカヤック (氷上ウォーク)

1月から2月にかけて、小川原湖は岸から100～200mの水面が厚い氷に覆われます。その氷の上を楽しむ期間限定のアクティビティがアイスウォーク体験&アイスカヤック体験です。ドライスーツを着用しての体験ですので、寒さも気になりません。氷の上を歩く感覚は、ドキドキ感がいっぱいです。氷の上を楽しむんだ後はティビーと呼ばれるテントの中で新ストープにあたりながらのティータイムで温まりましょう。寒いからこそできる冬限定のプログラムです！



●/アイスウォークのみ、アイスカヤックのみ【各1時間】：3,000円
アイスウォーク+アイスカヤック【2時間】：5,000円
※対象：身長150cm以上の方 ※ドライスーツ・グローブ・シューズ
その他用具レンタル料・保険料込 定員：5名 ※要予約



小川原湖伝説

(玉代姫・勝世姫)

遠く飛鳥時代、朝廷貴族だった橘中納言道忠公は世をはかんで流浪の旅に出たといわれます。息女の玉代姫・勝世姫は母の嘆きや悲しみと病を察してこの地に父を訪ねますが、時すでに遅く、父はこの世の人ではなくなっていました。その父の霊に誘われ、姫たちは小川原湖と姉沼に身を投げたという悲しい物語が残されています。

小川原湖に設置された玉代姫・勝世姫のごけし
その他、市役所・空港にも設置されています。

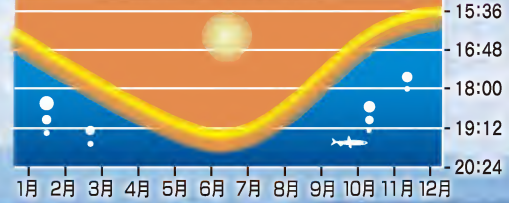


小川原湖の夕景

八甲田連峰をシルエットに、湖面に輝きながら沈みゆく夕日は絶景です。三沢市側の湖畔沿いから夕日を眺めることができます。



夕日見頃時間



1 小川原湖畔コテージ(要予約)

☎/三沢淋代平116-2857 ☎/0176-59-2830 ☎/In15:00~17:00・Out10:00
 ☎/12/28~1/3 ☎/4月~10月 11,000円・11月~3月 5,500円
 ●備品/寝具付きベッド(4人用)、風呂、トイレ、テレビ、台所、冷蔵庫、ストーブ、電磁調理器、炊飯器など。kite-misawa.com/camp/



2 小川原湖畔キャンプ場

☎/三沢淋代平116-2962 ☎/0176-59-2830
 ☎/5月~10月 ☎/1泊2,200円・デイキャンプ:1,100円
 kite-misawa.com/camp/



3 三沢オートキャンプ場

☎/三沢早稲田261-4 ☎/0176-59-3311 ☎/5月~10月
 ☎/1泊2,200円~3,850円・デイキャンプ:1,100円~1,920円
 kite-misawa.com/camp/

4 小川原湖水浴場

☎/三沢淋代平116-2857
 ☎/7月中旬~8月下旬(荒天時休)
 ☎/10:00~16:00
 ●無料 ●あり(無料)

5 陶芸 趣味の家

☎/三沢淋代平116-2945
 ☎/0176-59-2815 ☎/9:00~
 休/第3月曜(祝日の場合翌日)
 ●100円+粘土代金

6 馬場貸ボートハウス

☎/三沢淋代平116-29
 ☎/0176-59-3362
 ●夏期のみ

7 歩くスキー体験(市民の森)

☎/三沢淋代平116-2941 ☎/0176-59-2221
 開催期間/1月下旬~3月上旬
 ☎/9:00~15:00
 ●440円(大人)330円(高校生以下)

~Rest~

Active!

6 市民の森 老人福祉センター
 ●宿泊施設「やすらぎ荘」(17ページ参照)
 ●市民の森温泉(16ページ参照)
 ●市民の森温泉浴場
 ☎/0176-59-3388
 misawashi-jichikousya.net

お食事処 おおせっか
 ☎/11:00~14:30
 17:00~19:30
 パイカの蒲焼丼 800円

7 市民の森 総合運動公園
 ☎/三沢淋代平116-2941
 ☎/9:00~17:00 ☎/第3月曜
 ●施設内容/野球場・陸上競技場
 ホッケー場・テニスコート・ドッグラン
 ●下記へ問い合わせください。
 ☎/0176-59-2221



毎月のイベントも盛りだくさん



「山野草と盆栽展」「わんにゃんふれあいランド」「警察フェスタ」「消防・救急フェア」「めざせパイロット体験教室」や四季の「星空観察会」などホームページやFacebook、LINEでお知らせします。壊れたおもちゃを修理する「みさわおもちゃ病院」は毎月開催。子どもから大人まで楽しめるよ♪

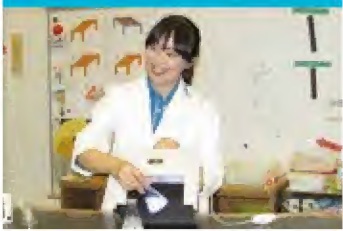


こどもスクエア

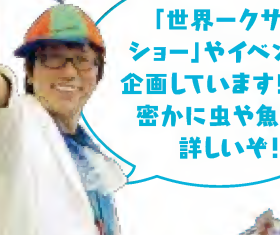
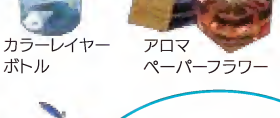


未就学のお子様を対象に、トロッコ・クレーンなどの大型遊具が無料で遊べます。

サイエンスショー



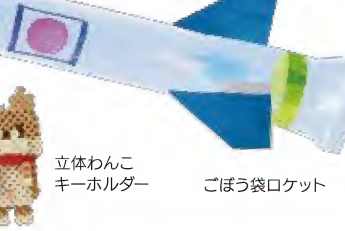
液体窒素・爆発・燃焼などの科学現象で子ども達に驚きや感動を与え、考える力・想像する喜びを知ってもらうメニューを用意しています。



ワークショップ ※1



万華鏡やスライムなどメニューは月替わり。プラバンを使ったアクセサリーづくりなど週替わりのプチワークショップもあります!素敵な楽しい工作がいっぱいだよ。



「世界一クサイショー」やイベントを企画しています!(^^)! 密かに虫や魚にも詳しいぞ!

科学のお兄さん
ヤハバくん

世界初!太平洋無着陸横断飛行の航空機ミス・ビードル号

村人の絆が成功を生む

当時は、飢饉や世界恐慌などにより、生活が困窮していたが、三沢の村人は、淋代海岸からの挑戦者すべてに、滑走路の整備や宿舍の提供などの援助を無償で行いました。その三沢の人々の優しさと絆が人類初の壮業を生むこととなりました。

ミス・ビードル号のクライド・パンクボーン、ヒュー・ハートドンによる挑戦。約4,900マイル(7,847km)を41時間10分かけて太平洋を横断。ワシントン州ウェナッチ市に着陸した。



この地図はプロムリーとゲッティの直筆です。



ミス・ビードル号の実物大復元機を当時の写真や新聞記事などと合わせて常設展示。復元過程を記録した「魅えるミス・ビードル号」や、ウェナッチでの胴体着陸を収めた「栄光へのラストチャンス」も上映しています。

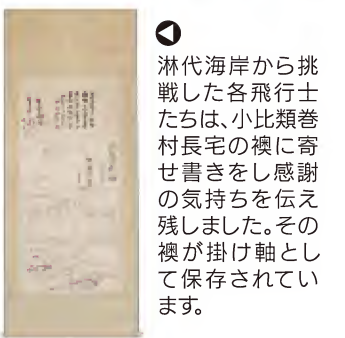
Miss Beedol
FIRST TRANS-PACIFIC FLIGHT 1931 MISAWA TO WENATCHEE USA



太平洋無着陸横断飛行に挑戦した飛行士たちの寄せ書きを屏風にしたもの。最初の挑戦者プロムリーとゲッティの直筆も描かれています。



ヒュー・ハートドン クライド・パンクボーン



淋代海岸から挑戦した各飛行士たちは、小比類巻村長宅の襖に寄せ書きをし感謝の気持ちを伝え残しました。その襖が掛け軸として保存されています。

- 住所 所/三沢北山158 ●☎0176-50-7777 ●開館時間/9:00~17:00(入館は16:30まで)
- 休館 日/月曜(祝日の場合は翌日)・年末年始(12/30~1/1)
- 料金 金/大人510円・高校生300円・中学生以下無料・団体(20名以上):一般410円・高校生240円
※特別展示は別途料金が発生します。
- 駐車場 あり kokukagaku.jp

※1 土日祝、夏休み、冬休みのみ開催時刻の設定がございます。
【当日予約・材料費別途】



「大空」と「飛翔」をテーマに、未来を担う子どもたちが楽しみながら「科学する心」、「感動する心」、「挑戦する心」を育む施設です。



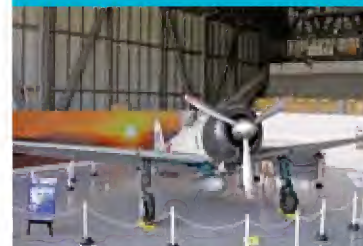
敷地面積約11ha(東京ドーム約2個分)を有する広大な広場には、国内で唯一展示されているF-16AやF-4EJ改をはじめ、コックピットに搭乗できるF-104J等日米の軍用実機など、11機が展示されています。その他遊具なども充実しており、家族でのびのび楽しむことができます。

国内で見られる唯一の現存機



旧陸軍一式双発高等練習機 [実機]
十和田湖底から69年ぶりに引き上げた機体を展示しています。平成28年7月2日に我が国で9番目(東北初)の重要航空遺産に認定されました。

零戦21型の実物大機

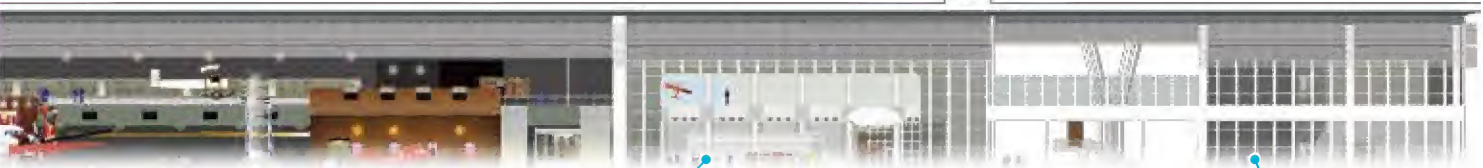


零戦21型 [レプリカ]
映画「山本五十六」で映画撮影用に使用された零戦21型の実物大機を展示しています。東日本ではここだけ!

いろいろな科学を体験しよう!



フライトシミュレーター
実際の飛行と同じように操縦が体験できるように作られた訓練用の装置です。スピードや高度を調整し姿勢を制御して、セスナ機をうまく飛ばしてみましょう。



ミュージアムショップ



宇宙食だってあります

定番人気商品は宇宙飛行士も食べたフリーズドライの宇宙食。特に「たこやき」「パニラアイス」が人気!



Jack & Betty II

人気のチーズバーガーはボリコームがあり食べ応え抜群。手作りオリジナルソースが旨さの決め手!

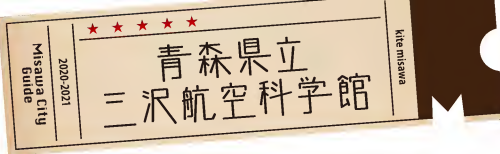
☎10:00~16:00 ☎090-7662-2395



Jack & Betty II

人気のチーズバーガーはボリコームがあり食べ応え抜群。手作りオリジナルソースが旨さの決め手!

☎10:00~16:00 ☎090-7662-2395



科学館HP



科学館Facebook



科学館LINE



ひろ さわ やす
廣澤安

月頃



解説、講座、
出前講座等
希望内容に合わせ
幅広く学芸員が
対応します。



明治4年、廃藩置県により斗南藩は斗南県となり、短い歴史に幕をおろしました。斗南藩少参事であった廣澤安任は、県の苦しい状況を鑑み、同年、弘前県などとの合併を提案し、これが青森県誕生へとつながっていきました。また、明治5年には現在の斗南藩記念観光村の地に日本初の民間洋式牧場をスタートさせたほか、明治23年に日本畜産協会を創立し、その幹事長を務めるなど、日本の畜産業へ多大な影響を及ぼしました。

この間、大久保利通などに政府入閣をたびたび求められましたが、「野にあつて国家に
尽くす」との精神を貫きました。先人記念館には、安任の広範な人脈を物語る貴重な資
料が展示されています。

大人気!
くればば〜く内レストラン

「くれ馬ばく」のシエフが米軍基地のアメリカーナシエフたち
のアドバイスを得て完成させた
日米合作のハンバーガー。
その基本は

- ① パンズは両面を焼く。
- ② ハテは焼き目をつける。
- ③ 野菜とソースは食べるときに
加える。

ハテは牛肉に地元特産「やまざき
ポーク」をミックスさせ、おい
しさをアップ！

また、じじいラーメンも
大好評！

小川原湖特産のじじみがたつぷり
入ったラーメンは、じじみの
出汁と中細練れ麺との相性が
ピッタリ。

元相ほつき丼もぜひどうぞ！



エアフォース
バーガーセット
660円

しじみラーメン
810円



道の駅みさわの核施設として、産直コーナー、情報発信コーナー、観光PRコーナー、レストランなどを兼ね備えた総合案内施設。

住/谷地頭4-298-652
 電/0176-59-2711
 営/総合案内施設
 9:00~18:30(11月~3月17:30)
 〈レストラン〉
 10:00~16:30(11月~3月15:30)
 休/12/31・1/1
 P/あり(無料)



●見学時間/9:00～16:30
(11月～3月は16:00まで)

下記の施設を満喫できる、
お得な半日バスをご利用ください。
(9:00～16:30内の5時間有効)

- バッテリーカー ●ゴーカート
- 先人記念館 ●パターゴルフ
- ボート乗馬

共通半日パス 550円 販売場所／①④⑧



恋愛観光スポット
くればは〜と
愛の鐘



親子・お友達同士で楽しめる本格的なバターゴルフ場。
●料/中学生以下110円
高校生以上220円
●期間/4月～10月 ●受付/16:00まで

5 わんぱく広場

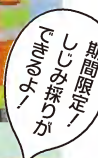


しじみ採り体験

水辺ひろば(イカト遊漁所)



●期間/7月1日～8月31日
●区域/水辺ひろば
(イカト遊漁所)
●料/大人500円
子ども300円各1袋
●問/小川原湖漁業協同組
●☎/0176-56-2104
※徴収員に料金を渡し、
指定の袋をもってください



三沢市ならではの国際色豊かなイベント、
豊かな自然を活かしたイベントが目白押し

9
月頃

三沢基地航空祭 MISAWA AIR FESTIVAL

全国から多くのファンが訪れる三沢基地航空祭。ブルーインパルスなどの展示飛行に約10万人の観衆が釘付け。三沢基地航空祭は、航空自衛隊機のほか米軍の航空機も多数参加することから、他の航空祭とは違った迫力や楽しみもあります。

場 所:三沢基地内
問合せ:第3航空団司令部渉外室
電 話:0176-53-4121
mod.go.jp/asdf/misawa

4月下旬~
5月上旬

中央公園桜ライトアップ

北国の春を待ちわびる人の心は同じ。大勢の市民が桜の下で宴を繰り広げ、ピーク時には大勢の外国人がバーベキューパーティーで盛り上がり、日本の風情を満喫しています。異国情緒あふれる三沢のお花見風景。

場 所:中央公園
問合せ:(一社)三沢市観光協会
電 話:0176-59-2311

7
月下旬

みさわ小川原湖水まつり

小川原湖の沼開きがイベントの起源。この湖水まつりで、三沢の本格的な夏がスタート。湖水浴場での水遊び、楽しいステージショー、お腹が空いたら出店のグルメを満喫。

場 所:小川原湖畔
問合せ:(一社)三沢市観光協会
電 話:0176-59-2311

7
月下旬

みさわセタまつり

吹き流しなどの伝統的な飾りの他、基地のまちならではの航空機やアニメのキャラクターをモチーフに世相を反映したものなど多彩な飾り付けが魅了します。周辺市町村や基地の外国人なども訪れます。

場 所:三沢中央商店街区(アーケード商店街)他
問合せ:三沢市商工会
電 話:0176-53-2175

5月GW・
8月上旬

寺山修司記念館フェスティバル

寺山修司を身近に感じられて家族で楽しめる市民参加型イベントを春と夏に開催。寺山修司ゆかりのゲストを招いたトークショーやコンサート、「寺山修司遊びの劇場」など盛りだくさん。お楽しみに!

場 所:寺山修司記念館屋外多目的スペース
問合せ:寺山修司記念館
電 話:0176-59-3434

8
月下旬

三沢まつり

4日間に亘って開催。趣向を凝らした山車がライトアップされ、夜間運行されます。中日には大仮装行列や国際サマーフェスティバル、流し踊りなどが催され、外国の方々でも参加できる三沢ならではの国際色豊かなお祭り。

場 所:市街地幹線道路他
問合せ:三沢市商工会
電 話:0176-53-2175

9
月上旬

みさわ港まつり

三沢特産の魚介類などを販売。熱気溢れる舟こぎ大会や花火大会は周辺市町村からたくさんの見物客で賑わいます。

場 所:三沢漁港
問合せ:三沢市水産振興課
電 話:0176-53-5111(内線512・513)
※当日は三沢市漁業協同組合
電 話:0176-54-2202

10
月上旬

MISAWA BBQ ジャンボリー

三沢市民から広く愛されている食文化「バーベキュー」を中心とした参加型のイベント。お肉ばかりではなく、三沢漁港で水揚げされた海鮮BBQセットや地元の新鮮野菜セットも販売され、秋のBBQを満喫できます。

場 所:道の駅みさわ
斗南藩記念観光村
問合せ:(一社)三沢市観光協会(先人記念館)
電 話:0176-59-2311(0176-59-3009)

10
月中旬

ハロウィンフェスタ IN MISAWA

仮装パレードや仮装コンテストなどがアーケード街を中心に開催されます。通り沿いのお店もハロウィンの飾り付けをするので街全体がハロウィン一色となり気分が一層盛り上がります。

場 所:三沢中央商店街区
(アーケード商店街)他
問合せ:三沢市商工会
電 話:0176-53-2175

3
月中旬



ミサワ・パンタシア

16mのビッグツリーをシンボルにたくさんの光が幻想的な世界へと誘います。冬を彩るイルミネーションスポット。

場 所:なかよし公園
問合せ:三沢市商工会
電 話:0176-53-2175
misawa-phantasia.jimdo.com

三沢ほっきまつり

三沢産ほっき貝の販売・無料試食のほか、ほっき貝を使用した料理や海の幸・山の幸などを販売。また、ほっき貝ムキムキ大会などの参加型イベントがあります。試食・販売ともなくなり次第終了。

場 所:三沢漁港
問合せ:三沢市漁業協同組合
電 話:0176-54-2202

6
月上旬

アメリカンデー MISAWA AMERICAN DAY

場 所:メインゲート前、公会堂及び周辺
問合せ:三沢国際クラブ 電話:0176-51-1600
misawajp.com/jad.html

ハーレーや米軍使用車両等約500台、参加者1,000名のアメリカンパレードは迫力満点!この日のみ運行のアメリカ行きバス(無料)による基地見学ツアーや普段堪能する事ができないアメリカンフードが大人気。その他に、アメリカ式の怖〜いお化け屋敷や子ども遊戯広場も充実。この日の三沢はアメリカ一色の雰囲気を楽しめます!





INDEX

三沢市インデックス

名 称	住 所	☎0176	掲載ページ
観光施設等			
青森県立三沢航空科学館・大空ひろば	三沢北山158	50-7777	22.23
小川原湖観光センター レークピア	三沢湊代平116-2858	59-2311	20
太平洋展望台	三沢湊代	53-5111	23
三沢市寺山修司記念館	三沢湊代平116-2955	59-3434	24.25
三沢市歴史民俗資料館	三沢湊代平116-2955	59-3670	20
水辺ひろば(イカト漁業所)	仏沼地先	56-2104	27
道の駅みさわ 総合案内施設	谷地頭4-298-652	59-2711	26
道の駅みさわ 斗南藩記念観光村 三沢市先人記念館	谷地頭4-298-652	59-3009	26.27
ラムサール条約国際登録湿地 仏沼	仏沼	53-5111	27

名 称	住 所	☎0176	掲載ページ
宿泊			
アネックスプリンセスホテル	幸町1-6-48	51-8181	17
小川原湖畔コテージ	三沢湊代平116-2857	59-2830	17.21
ビジネスホテルKOYOEN	幸町1-9-40	53-4900	17
サニーフラットビジネス民宿	東町4-4-6	53-5780	17
三沢シティホテル	中央町2-1-1	52-7777	17
太郎温泉旅館	深谷2-49-2	53-4649	17
ホテルグランヒルツつたや	松園町3-8-4	53-1000	17
ホテル天水	古間木山89	0120-310-412	17
ホテルトラストイン	中央町1-7-12	58-7714	17
三沢ハイランドホテル	中央町3-9-38	58-5881	17
ビジネスホテルビッグウエスト	中央町1-7-19	51-1500	17
福井荘	中央町1-2-16	53-3529	17
星野リゾート青森屋	幸町1-3-26	57-2351	17
星野リゾート青森屋	古間木山56	0570-073-022	17
ホテルルートイン三沢	幸町1-9-2	50-1011	17

名 称	住 所	☎0176	掲載ページ
ホテルミサウインコーヨー	幸町1-6-8	53-5511	17
市民の森 やすらぎ荘	三沢湊代平116-2945	59-3388	17.21

温泉			
あおば温泉	花園町5-31-3805	50-1455	16
桂温泉	岡三沢1-1-87	57-4335	16
木崎野温泉	東町3-6-2	53-8700	16
三沢空港温泉	東岡三沢1-83-90	53-4167	16
三陸温泉	三川目3-912-1	54-2857	16
スノハウスかわむら	中央町2-10-23	53-2244	16
市民の森 温泉浴場	三沢湊代平116-2945	59-3388	16.21
三沢保養センター	三沢園沢41-32	54-3637	16
太郎温泉	深谷2-49-2	53-4649	16
平畑温泉	岡三沢8-83-2	57-4045	16
星野リゾート青森屋 元湯	古間木山56	51-1116	16

名 称	住 所	☎0176	掲載ページ
レジャー関係			
青森フィッシングガイド(西本)	三沢小山田8-9 自然ふれあい広場	090-3506-6608	18.19
小川原湖カヤックラボ	三沢湊代平116-2858	080-6023-7191	18.19
市民の森総合運動公園	三沢湊代平116-2941	59-2221	20.21
馬場貸ポート	三沢湊代平116-29	59-3362	20

公共施設等			
おいらせ農業協同組合	三沢堀口16-7	54-2211	
三沢アイスアリーナ	南山3-116-5	57-2100	
三沢市屋内温水プール	三沢戸崎101-1553	59-3850	
三沢外貨両替センター	中央町2-8-34 スカブラ1F	53-2251	12
三沢キッズセンターそらいえ	幸町1-7-7	51-4432	
三沢市漁業協同組合	三川目4-145-552	54-2202	
三沢市公会堂	桜町1-6-35	53-8711	
三沢市国際交流教育センター	三沢園沢230-1	51-1255	
三沢市国際交流スポーツセンター	南山1-138-2	51-4466	
三沢市役所	桜町1-1-38	53-5111	
三沢市総合社会福祉センター	幸町3-11-5	51-8770	
三沢市総合体育館	桜町1-4-7	53-1218	
三沢市立図書館	桜町1-5-43	53-6040	
三沢市武道館	中央町1-4-20	57-0050	
三沢市立三沢病院	堀口164-65	53-2161	
三沢駅前交流プラザ(みーくる)	犬落瀬古間木355-2	27-0250	
三沢市観光案内所	三沢駅前交流プラザ(みーくる)2F	27-0337	

INDEX

三沢市インデックス

名称・取扱いマーク	住 所	☎0176	掲載ページ
飲食店			
赤とうがらし	中央町3-8-6	53-9867	
赤のれん	中央町2-1-23	53-3333	4
Acciuga(アッチューガ)	幸町1-9-12	51-6625	6
カフェあるえっと	三沢南山60-2ケアタウンひばり苑内	58-5141	6
天傘	中央町2-5-19ミヤビビル1F2	27-6410	7
あんたが大将	中央町2-3-6	53-5089	8
居酒屋いっぽう	中央町1-2-13	57-4616	8
旬の味炭火焼いりり	中央町2-5-35	57-2719	5
お食事処いや川	岡三沢6-115-30	57-1319	7
日本酒処 裏町酒場	中央町2-5-7 M'sプラザ II 1F	27-1057	7
とうてつ駅そば	三沢犬落瀬古間木355-2みーくる1F	53-3139	6
仕出し宴会処おいかわ	中央町1-7-35	51-2855	15・25
お食事処おおせつか	淋代平116-2945	59-3388	21・25
そば処おお山	中央町4-5-25	53-2414	6
グリル大宮	大町2-4-6	53-4777	6
小笠原食堂	桜町2-15-25	57-1467	7
Off The Wall	中央町2-3-27 レントス2F	27-6101	6
拉麺点心 雷堂	堀口1-3-1	53-5250	6
から揚げ人生	平畑1-2-60	53-5412	4
レストラン華林芭	堀口1-4-1	57-5707	
KARMA	中央町2 はまなす館	090-3756-5404	10
君乃家食堂	中央町3-3-19	53-2812	
Carbs	中央町2-10-34	57-5859	10
GATHERS(ギャザーズ)	中央町2-6-36	27-5251	8
青森刺烹 久庵	幸町1-9-4	53-2310	7
きらく亭	本町2-71-1	53-1087	5・25
焼き鳥酒場ざんいち	中央町3-9-1	27-6610	
くいしんぼ	中央町1-7-9	53-7344	
居酒屋 黒助	中央町2-3-28	53-1555	
道の駅みさわ(くればへく)	谷地頭4-298-652	59-2711	11・25・26
Jack & Betty	中央町2-8-34スカブラ1F	51-6667	12
Jack & Betty II	三沢北山158	090-7662-2395	22
さわこう	中央町2-12-5	58-5145	
酒菜 旬家	中央町2-6-6はまなす館1F	57-4133	
彩喰楽酒 だい天	中央町2-5-25	52-6157	5
匠家	緑町2-6-1	53-2762	
DACHA	中央町2-8-32	53-2828	10
2style	幸町1-7-6		10
TUBES	中央町2-3-34	52-6452	10
手打ち蕎麦 松田屋(山と森と)	中央町2-5-32	53-3311	
焼き鳥 鳥こう	中央町2-7-27	53-5303	8
D-Wall	中央町1-6-21 国際ビル2F	58-7115	8
NITROUS(ナイトロウズ)	中央町1-3-3	50-0232	10
お食事処 和み	松園町3-10-1 ビードルプラザ内	57-4322	6・25
お食事処 灘萬	中央町1-6-4	53-9630	
居酒屋にし	中央町1-8-23	57-2424	
カジュアルフレンチNorth40-40	桜町2-7-14	58-7091	7・13
立ち食い立ち飲みサンド屋さんNaughty	中央町2-5-1	080-5552-8333	8
八助	中央町2-3-31	57-5418	
レストランBurgBurg	幸町1-1-3	52-6200	
ハピワン	中央町2-3-26	58-7376	6
小料理ひより	中央町1-6-2	53-3939	7
PIZZERIA MASSIMO(ピッツェリアマッシモ)	中央町2-8-34 スカブラ1F	51-7270	12
SECOND LIVE BAR FOREVER	中央町2-10-33	090-7793-5590	10
福-Huku-	幸町1-7-5	53-1492	7・25
焼肉酒場ブタミンB	中央町2-14-10	51-6151	7
居酒屋 北條	中央町2-6-1 ニューユタカビル2F	57-4080	8
酒菜彩々ほうりょう	中央町2-3-34 ニューアイムビル2F	57-4565	8
星野リゾート青森屋 ヨッテマレ酒場	古間木山56	51-1116	17
ベジキッチンまいまい	鹿中2-58-253	58-6171	
ヌードルハウス丸美屋	中央町2-7-13	57-0383	4
飯屋	幸町2-5-1	53-1802	
みさと活魚センター	中央町1-6-16	27-6961	8
みさわビール園	中央町4-11-17	57-5454	
CAFÉ&BAR LIFE	中央町2-8-34 スカブラ1F	51-3616	12

◀ 活いか提供店マーク	◀ 寺山食堂提供店		
◀ チーズロール提供店マーク	◀ 三沢ほっき井提供店マーク		
	◀ バラ焼き提供店マーク		
名称・取扱いマーク	住 所	☎0176	掲載ページ
ダイニング楽	中央町2-10-25	51-1792	14・25
ラーメンハウス小笠原	中央町2-3-5	53-9111	
ラニチキンファクトリー	中央町2-8-34 スカブラ1F	090-6258-7299	12
龍宝飯店MISAWA	幸町1-7-2	52-2077	6
レストラン三沢空港	三沢下タ沢83-198	52-5568	
食彩やま文	三沢下久保57-182	57-2953	7
酒楽食彩 和がや	中央町1-6-17	50-1558	8

すし店				
鮎道楽 一八	幸町1-8-5	53-1118	9	
鮎 大竹	岡三沢1-1-6	57-2923	9	
喜久寿司	中央町2-11-2	53-3476	9	
すし処 魚らく	幸町1-6-6	53-8734	9	
寿し花館 三沢1号店	中央町4-3-11	53-3431		
寿し花館 三沢堀口店	堀口1-15-7	53-9360		
寿司しのぶ	中央町2-6-61	53-6693	9	
鮎十兵衛	中央町2-7-36	53-7512	9	
新寿司	中央町1-7-13	52-2289	9	
宝寿司	中央町3-2-1	53-1515	9	
錦寿司	中央町2-7-2	52-7711	9	
寿司割烹 福水	中央町2-3-7	53-8167	9	
鮎ダイニング ほうらい	中央町2-5-36小向製菓ビル1F	57-3454	9	

ショッピング・お土産				
カフェ マティエール イケザキ 本店	三沢下久保57-159	53-7633	25	
カフェ マティエール イケザキ ビードルプラザ内	松園町3-10-1 ビードルプラザ内	52-6535	25	
Aコープ三沢店	三沢堀口17-91	54-2665	14	
川守田パン	中央町1-8-28	57-5178	25	
夢菓房 京舟	中央町3-7-20	53-8111	13	
㈱Growth	大町2-2-10	52-6317	14	
コイワブルーウッズ	中央町1-1-1	53-8854	11	
KOMEKUUTO三沢店	春日台4-154-264	27-1265	14	
材㈱	大町2-4-7	51-6440	14	
ケーキハウス白い森	おいらせ町鶯久保32-1	50-2660	13	
星野リゾート青森屋 じゃわめぐ売店	古間木山56	0570-073-022	11	
ジョイント・ファーム(㈱)	谷地頭3-60-1	58-6511	14	
Sky Plaza MISAWA	中央町2-8-34	51-1712	12	
スカイマートビードル	三沢下タ沢83-198	51-1460	11	
空飛ぶごぼうPROJECT	桜町2-3-20	78-9107	11・14	
だい天	中央町2-5-25	58-0361	15	
(同) 巧房	中央町1-7-35	51-2855	15	
DEMZU	中央町2-8-34スカブラ1F	53-3233	12	
Tomabechi	中央町2-15-4	53-2723	11	
なりけん	桜町1-1-34	53-2214	13	
nico cakes(小向製菓)	六戸町犬落瀬柳沢91-643	51-0717	13	
ニューサカモト	千代田町1-140-720	57-3828	13	
花園館	中央町2-15-4	52-5043	11	
スカイショップHIRANO	中央町3-3-1	53-3500	11	
ふうはうす	中央町2-8-34スカブラ1F	090-3368-2840	12	
三沢市商工会女性部	幸町2-1-1	53-2175	14	
(有) 三咲羽や	中央町4-3-11	57-3481	15	
みっちゃん工房		080-6046-7755	15	
MISS VEEDOL SHOP TSUZUKI	中央町2-8-34スカブラ1F	58-5526	12	
お菓子のみやきん三沢店	美野原2-11-5	0120-31-3263	13	
三沢航空科学館ミュージアムショップ	三沢北山158	50-7777	11・22	
パティスリータカノむさし屋	桜町3-8-15	53-2053	13	
アメリカ家具メクレンバーク	上久保1-31-4084	53-8000	11	
萬屋三沢店	中央町2-8-34スカブラ2F	58-6592	12	
ラ・フランス	緑町1-14-9	52-5730	13	
欧風菓子工房ルモンド	東町3-9-2	52-7677	13	

